

Žonglování jako cesta k divadlu – projekt s neslyšícími studenty JAMU

Juggling as a Way to the Theatre – the Project with Deaf Students of JAMU

Adéla Kratochvílová

**Divadelní fakulta, Janáčkova akademie múzických umění, Brno,
Česká republika**

Abstrakt:

V příspěvku bude představen žongléřský projekt, který se uskutečnil v ateliéru Výchovné dramatiky Neslyšících na Divadelní fakultě JAMU. Během dvou a půl roku procházeli studenti technickou – žongléřskou i divadelní – uměleckou přípravou, jež vyústila v představení Žongléřské etudy. Tato představení, stejně jako žongléřské dovednosti, později našly praktické využití v pedagogické i umělecké praxi účastníků projektu.

Studenti byli v rámci projektu podrobeni průběžnému testování vybraných psychomotorických schopností, jejichž výsledky budou v příspěvku také zmíněny.

Abstract:

A juggling project with students of the Department of Drama in Education of the Deaf, Faculty of Theatre JAMU Brno will be presented in the paper. The students went through two and half year long technique and art training. The project finished in a performance – Juggling Variations. The performance together with the juggling skills were later used in students' pedagogical and artistic work.

The students were continuously tested in some of psychomotor abilities. The results of the research will be also mentioned in the paper.

Klíčová slova: žonglování, Neslyšící, divadlo, psychomotorika.

Key words: juggling, Deaf, theatre, psychomotricity.

V příspěvku bude představen žongléřský projekt, jenž se uskutečnil v ateliéru Výchovné dramatiky Neslyšících na Divadelní fakultě JAMU. Podrobně je zpracován disertační práci Žonglování jako součást pedagogické intervence a prostředek uměleckého vyjádření (Kratochvílová, 2010).

ÚVODEM O ŽONGLOVÁNÍ

Základním principem žonglování se třemi míčky je *kaskáda*, ve které se střídavě zapojuje pravá a levá ruka. Naprostá většina nežonglérů si však myslí, že základem je princip zvaný *sprcha*, tedy způsob, kdy míčky létají v kruhu (např. pravá ruka vyhazuje, levá chytá a posílá do pravé). Optický omyl vnímání stranově vyrovnaného pohybu, který laičtí pozorovatelé považují za jednosměrný, je zřejmě způsoben neharmonickým používáním našeho těla i ducha. Valná většina běžných i odborných fyzických činností, ale i sportů používajících horní končetiny, je jednostranně zaměřena. Levá hemisféra našeho mozku spojovaná s racionálními procesy je většinou zatěžována více než pravá, spojovaná s představivostí a intuicí. Proto přijetí systému, který rovnoměrně zaměstnává obě horní končetiny, čímž aktivuje pohybová centra obou hemisfér a nutí je k rychlé komunikaci prostřednictvím *corpus callosum* (místa, ve kterém dochází k propojení mozkových hemisfér), je pro začínající žongléry naprosto objevným momentem.

Projekt s Neslyšícími – Žonglování jako cesta k divadlu

Dlouhodobý **Žongléřsko-divadelní projekt** se sedmi studenty 1.–3. ročníku VDN JAMU, který jsem v letech 2003–2006 vedla v rámci svých doktorských studií, obsahoval složky pedagogické, umělecké a výzkumné. Pedagogický cíl sledoval rozvoj osobností studentů, předá-

ní žongléřských technik a osvojení pedagogických a metodických postupů výuky žonglování. Umělecký cíl – získanými dovednostmi rozvíjet osobnost herce, byl završen tvorbou divadelního představení. Výzkum zahrnující měření a testování⁴ vybraných psychomotorických schopností a vedení individuálních kazuistik⁵ měl ověřit vliv žonglování na rozvoj vybraných složek osobností studentů. Testování bylo provedeno před započítím výuky žonglování, po prvním roce projektu a po ukončení projektu.

Průběh výuky žonglování

Pravidelné lekce žonglování⁶ probíhaly vždy jednou týdně po dobu tří semestrů.

⁴ Pro účely výzkumu vlivu žonglování na osobnost žongléra byly vybrány tyto testy a měření:

- test krátkodobé pozornosti,
- test dlouhodobé pozornosti,
- testy jemné motoriky,
- testy hrubé motoriky,
- test úrovně aspirace (kladení cílů),
- test předvídativosti,
- měření reakční rychlosti,
- měření akční rychlosti /tappink nohou a rukou/,
- testy smyslu pro pohybový rytmus,
- měření statické rovnováhy,
- test schopnosti koordinace pohybů.

⁵ Osobnostní rozvoj studentů, průběh a celkový vliv projektu byl zkoumán a zaznamenáván pomocí metod kvalitativního výzkumu:

- vyplňování dotazníků, psaní reflexí,
- individuální rozhovory se studenty,
- testování psychomotorických schopností ovlivnitelných žongléřskou přípravou,
- hodnocení pedagogem.

⁶ Struktura žongléřské lekce se vyvíjela v závislosti na potřebách studentů a fázi tréninku. Trvala přibližně 45 min. a byla složena z následujících aktivit:

- rozehrátí – malá žongléřská „rozcvička“ s míčky – zapojení triků s jedním míčkem,
- krátký rutinní nácvik – žonglování se dvěma a třemi míčky – opakování + nové triky,
- hry a soutěže s míčky, zapojení jiných žongléřských pomůcek,
- krátký rutinní nácvik kontaktního žonglování – opakování + nové triky,

V prvním semestru jsme se věnovali především nácviku kaskády se dvěma a třemi míčky samostatně i ve dvojici, nácviku triků s jedním a dvěma míčky a po několika lekcích byl zařazen také nácvik kontaktního žonglování s jedním míčkem.

Počátkem druhého semestru jsme začali žonglování kaskády se třemi míčky spojit s pohybem celého těla (dřep, sed, leh, chůze, běh atd.). Začalo osvojování nácviku přebírání míčků ve dvojici a skupině (přehazování, převzetí, kradení). Pokračovali jsme v nácviku kontaktního žonglování a jeho využití v kreativních hrách. Studenti si vytvořili krátké sestavy pohybů s triky kontaktního žonglování, které se pak vzájemně učili. Tak vznikly první skupinové choreografie.

Po čase skupina potřebovala nové impulsy k nácviku, proto byly představeny další žonglérské pomůcky – diablo, talíř, šátky, kužely. Nejvíce zaujaly skupinu talíře, zřejmě pro svoji jednoduchost a vizuální efekt. Nácvik s talíři byl zařazen do pravidelného tréninku. Individuálně se studenti část lekce věnovali další vybrané žonglérské pomůcce.

V prvních lekcích třetího semestru jsme se soustředili na opakování žonglování s míčky, kontaktní žonglování a nově na nácvik žonglování s jedním, dvěma a třemi kužely. Snažili jsme se rozvíjet kontaktní žonglování ve spojení s pohybem. Vytvářeli jsme pohybové choreografie ve skupinách ve spojení se žonglováním jednoho míčku, později přibyl druhý a třetí. Nové prvky studenti zaujaly – rytmické sestavy ve skupinách vytvářeli rychle a kreativně. V žonglování kaskády s míčky již studenti dosáhli dobré úrovně, takže mohla být kombinována s různými pohybovými hrami. Součástí lekcí se tak staly štafetové soutěže v různých variantách, soutěže dvojic, skupin, hry v roli, v situaci atd.

Umělecká práce

Ve třetím semestru byli studenti seznámeni s plánovaným projektem divadelního představení Tom Kiks pod režijním vedením prof. Zoji Mikotové. Téma představení nabízelo možnost využít žonglérské doved-

nosti v tvořivých formách. Nadále jsme v našich lekcích pokračovali v tréninku žonglování, ale začali jsme se soustředit i na vznik, nácvik a fixaci žonglérských sestav pro představení (čtvrtý semestr).

Premiéra ročníkového představení Tom Kiks se konala v pátém semestru studia a jeho součástí se staly i žonglérské výstupy žáčků kouzelnické školy. Studenti tak zúročili dvouleté úsilí osvojování žonglování a získali novou zkušenost – žonglérský výstup před diváky v divadelním představení.

Posléze byla zahájena závěrečná fáze dlouhodobého projektu, jejímž cílem bylo tvořivé využití žonglování v divadelním tvaru (představení bylo později nazváno Žonglérské etudy) a rozšíření možností pedagogické praxe studentů VDN (resp. osvojení metodických postupů výuky žonglování se zvolenou žonglérskou pomůckou – míčky, šátky, kruhy, kužely, diablo, talíř, tyč apod.). Studenti dostali za úkol vystavět příběh s použitím žonglérských pomůcek – práce jednotlivců nebo dvojic; délka výstupu 5–10 minut. Studentům byly zadány možné tematické okruhy. Dále měli za úkol písemně zpracovat metodiku výuky osvojování zvolené žonglérské pomůcky pro začátečníky.

V pátém semestru byly lekce žonglování rozděleny na část tréninkovou a část tvořivou. Trénink byl zaměřen na korekci žonglérské techniky (zlepšení postoje a pohybu těla při žonglování; vnímání a analýza vlastní i cizí techniky žonglování) a na samostatný technický trénink žonglování se zvolenými pomůckami. Každý student, případně dvojice studentů, představil vlastní koncept příběhu a výběr pomůcek. V tvořivé části lekce hledali studenti způsoby vyjádření obsahu etudy pomocí žonglování.

Představení Žonglérské etudy a následné žonglérské dílny vedené studenty měly premiéru v lednu 2006 ve Speciální základní škole pro děti s vadou sluchu v Brně.

SHRNUTÍ VÝSLEDKŮ INDIVIDUÁLNÍCH KAZUISTIK

Všichni studenti dosáhli minimálně základní úrovně dovednosti žonglování se třemi míčky samostatně i ve dvojici (kaskáda + tři žonglérské triky).

Všichni zvládli základy kontaktního žonglování s jedním míčkem.

Každý ze studentů se zaměřil na trénink a vystupování s další pomůckou – pomůckami (šátky, kruhy, odrazové míčky, kužely, krátké tyče, talíře).

Studenti dokázali propojit žonglérský výstup s pohybem a tvořivě jej uplatnit v příběhu či divadelní situaci.

Žonglérský trénink znamenal pro většinu studentů období překonávání osobních krizí a nechuť k osvojování dovednosti bez rychlých a hmatatelných výsledků. Všichni však dokázali toto nelehké období překonat a najít radost a smysl v praktickém využití žonglování při prezentaci v divadelním tvaru.

Studenti si uvědomili přínos žonglování pro jejich pedagogickou praxi.

Každý student si v závěru projektu k žonglování našel jiný vztah. Pro někoho znamenalo žonglování způsob uvolnění a relaxace, jiný jej využil jako komunikačního či pedagogického nástroje, další viděl hlavní uplatnění při veřejných vystoupeních. Všichni shledali žonglování smysluplnou činností, i když pojmenovat konkrétní aspekty této smysluplnosti dokázali jen někteří.

Většině studentů pomohlo zvládnutí žonglérské dovednosti a její veřejná prezentace k nabytí větší sebejistoty.

Dlouhodobá žonglérská průprava napomohla k rozvoji psychomotorických schopností studentů, resp. se podílela na rozvoji růstu osobnosti každého z nich. Studenti získali dovednost, kterou uplatní ve své následné pedagogické i divadelní praxi.

ZÁVĚR

Výsledky projektu ukázaly, že každý, kdo se pravidelně nácvičku žonglování věnoval, si základy dovednosti osvojil (přirozeně, ne kaž-

dému bylo dáno, aby se stal mistrem). Žonglování napomohlo rozvoji jak fyzických tak psychických složek osobnosti studentů. Po osvojení technických základů žonglování začali studenti pracovat – experimentovat s nabytou dovedností umělecky a tím rozvíjet svoji fantazii a tvořivost. Každý si našel „vlastní styl“ – individuální výraz žonglérského projevu. Někdo objevil v žonglování terapeutické možnosti – stalo se pro něj nástrojem relaxace; u jiného se uplatnilo jako zájmová aktivita – vyplnilo volný čas. Současně pomohlo při navazování kontaktů mezi studenty i mezi studenty a širším okolím – stalo se nástrojem komunikace. Žonglování napomohlo osobnímu růstu studentů, uvědomili si bohatství žonglérské dovednosti – čím více triků si osvojili, tím více stoupalo jejich sebevědomí a současně vědomí, že umím něco, co ostatní ne. A posléze narůstala také touha tuto dovednost ukázat – prezentovat před jinými lidmi. Tím se žonglování stalo osobní výzvou každého studenta – bylo nutné osvojit si dovednost na úrovni hodné veřejné prezentace. Projekt byl kladně hodnocen také pedagogy Ateliéru VDN JAMU a stal se nezanedbatelným v kontextu celkového pedagogického působení Ateliéru. Výsledné umělecké výstupy se dočkaly obdivu a pozitivního přijetí diváků. Testování studentů VDN naznačilo pozitivní vliv žonglérské průpravy v testu pozornosti, jemné a hrubé motoriky, koordinace, akční rychlosti, pohybového rytmu a v testu úrovně aspirace⁷.

⁷ *Shrnutí testování:*

Přestože testovaná jednotka, čítající pět studentů Ateliéru VDN, byla příliš malá, aby získaná data byla průkazná pro statistické vyhodnocování, některé výsledky testování naznačují pozitivní vliv žonglérské průpravy na rozvoj určitých psychomotorických schopností žonglérů. Ze získaných dat můžeme usuzovat, že:

- *pozitivní vliv na úroveň pozornosti žongléra je nejvýraznější v prvních fázích nácviku žonglérské dovednosti (v prvním roce PI výuky žonglování),*
- *úměrně s rozvojem žonglérských dovedností dochází také k rozvoji jemné a hrubé motoriky horních končetin,*
- *u osob motoricky méně nadaných či rozvinutých dochází při nácviku žonglování ke zlepšení koordinačně – kondičních schopností hrubé motoriky horních i dolních končetin,*

Výuku žonglování a následné využití žonglování v umělecké či pedagogické praxi lze vřele doporučit pro práci s Neslyšícími. Shrneme-li obohacující aspekty, které výuka žonglování přináší, musíme zmínit především rozvoj jednotlivých osobností žonglérů, rozvoj kolektivní spolupráce a komunikace, žonglování jako tvořivý umělecký nástroj a v neposlední řadě také terapeutický vliv. Jednoznačnou předností výuky žonglování je nenáročnost na fyzické či výkonnostní předpoklady (na rozdíl od jiných sportů) a žádné speciální požadavky na prostředí, výbavu či přípravu (můžeme žonglovat s tenisovými míčky, hadráky nebo pomeranči, kdekoli – bez speciální fyzické přípravy, převlékání apod.). To vše činí z žonglování jedinečný, zajímavý, široce uplatnitelný a všestranně přínosný předmět možné pedagogické intervence.

LITERATURA

Kratochvílová, A. (2010). *Žonglování jako součást pedagogické intervence a prostředek uměleckého vyjádření. Disertační práce.* JAMU, Brno.

KONTAKT:

MgA. Adéla Kratochvílová, Ph.D., kratochvilova@jamu.cz

-
- u osob koordinačně méně nadaných či rozvinutých dochází při nácviku žonglování ke zlepšení koordinačních schopností horních končetin,
 - osvojování žongléřských dovedností rozvíjí akční rychlost horních i dolních končetin,
 - osvojování žongléřských dovedností má pozitivní vliv na schopnosti vnímání pohybového rytmu, resp. udržení stálého tempa pohybu,
 - získáním vyšší úrovně žongléřské dovednosti může žonglující osoba dosáhnout vyšší úrovně aspirace,
 - reakční rychlost ani rovnováhové schopnosti nejsou ovlivněny málo intenzivním nácvikem žonglování, resp. dosažením pouze základní (průměrné) úrovně žongléřské dovednosti.

PŘÍLOHA:

Žonglérské etudy – foto z představení a následné žonglérské dílny (festival Husovický dvorek, Brno, 2006)



